

# 弘扬雁北文化 传承特色美食

大同市地方特色菜品研创中心打造地道“雁北菜”

本报记者 史涌涛

12月5日,大同市地方特色菜品研创中心在雁北宾馆挂牌成立。该研创中心将以创研雁北菜系为宗旨,推出系列地方特色菜品,为四海宾朋营造“食在大同”的美好感受。这是市餐饮饭店业协会打造大同“美食之都”文旅品牌的有力举措。

据了解,雁北,即指雁门关以北的广大地区,虽作为行政概念已不存在,但文化与情感概念仍存于生活在晋北这片共有家园的人心中。在饮食传统上,雁北人亦是一脉相通、喜好相类。独特的风物特产、共有的纯朴民风,形成了更具质朴本真特色的烹饪方式,自成一体,构成特色与魅力鲜明的“雁北菜”。

雁北宾馆是我市一家有着较久历史和品牌辉煌的餐饮名店,据该店负责人介绍,“雁北”二字既是地理概念,也是文化概念,更有着情感内涵。作为一家以“雁北”为品牌的宾馆,有责任、有使命,更有信心、有信念挖掘、打造好“雁北菜”,让来同旅游的四海宾朋,通过富有地方特色的佳肴美食,深入感受体验“舌尖上的大同”。在该研创中心率先推出的“雁北菜”宴席菜单上,记者看到,凉菜有浑源凉粉、小米凉糕、手切莜面等,热菜有怀仁特色熬鸡杂、广灵豆腐石榴包、雁北烩菜高粱糕、山阴冻山药窝窝、老雁北炖牛骨头等,主食则有农家合子饭、广灵小米皮蛋粥等,极具地方风味特色,均为吸收原雁北

地区特色菜肴,创新整合,形成的独具特色的雁北传统菜。

在该店负责人及主厨的介绍下,记者品尝了该店新近推出的雁北菜宴席,可谓一菜一品,满满的大同经典味道,浓浓的家乡温暖记忆,让人食之难忘,回味久长。其中,凉菜中的熏肉拼盘为老大同熏猪头肉、熏鸡、熏腐皮、熏鸡蛋,在当地很有名气,被称为大同四大名熏之一,雁北的熏肉更具有“香、烂、色、味”四大特点;冰花肉是大同传统名菜,选用猪皮、猪肘肉,经过多道工序精心熬制而成,具有独特口感和营养价值,是一道富有传统文化底蕴的美食,口感醇厚、入口即化;小米凉糕是大同人端午节的特色美食,选用小米、江米,颜色一黄一白,先用水泡,再蒸成糕、摊成片,点缀桂花酱,垫上粽叶,几种香味混合在一起形成的一种独特凉糕,以其软糯的口感和丰富的营养价值备受人们喜爱;手切莜面是雁北农家莜面精工细作的一种粗粮食品,也是雁北特色菜品,其特色在于手切,味道地道;浑源凉粉为大同浑源县的特色小吃,以土豆粉、豆腐干等为原料制作而成,有数百年历史,清亮、滑嫩、爽口,风味独特,堪称一绝,制作技艺先后被列入大同市、山西省非物质文化遗产名录。

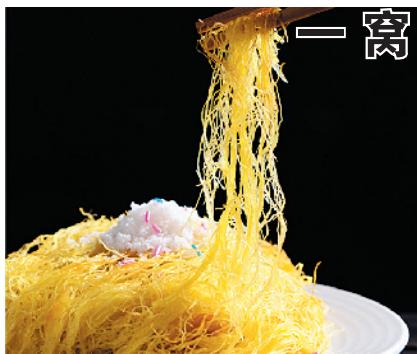
热菜更是把原雁北地区的众多美食在挖掘整理的基础上创新再造,美不胜收。其中,老雁北炖牛骨头选用黄牛的膀

骨,加入各种香料焖煮一个半小时而成,香而不腻,香辣可口;山阴冻山药窝窝选用冻山药、冻豆腐、农家猪肉、腌窝菜制作而成,麻油味浓,再配上莜面窝窝,是一款地道的农家风味土饭,独特的口感和丰富的营养充分体现了民间菜肴的保健养生价值;广灵豆腐石榴包源自远近驰名的广灵豆腐宴,选用自制豆腐切粒,与红萝卜、鲜香菇、香芹粒拌成馅,再用自制荷叶饼包起来,底部蘸蛋液炸制而成,一口酥脆,夹杂着豆腐的滑嫩,各种香气在口中弥漫;怀仁特色熬鸡杂,鸡杂包括鸡心、鸡肝、鸡肠、鸡胗等,其做法类似大同的羊杂,特点是料足味美、鲜美可口、营养丰富;雁北烩菜高粱糕,烩菜将各种食材炖在一起,相互吸收不同的营养和味道,浓香不腻,暖人心头,这样熟悉的味道勾起人们心中很多美好的回忆;老大同什锦锅仔配料丰富多样,既有山珍海味,亦有白菜豆腐,营养丰富、汤鲜味醇,是家宴不可缺少的一道佳肴。另外,主食则有油炸糕、乡巴佬蒸饺、猪肉馅饼、农家合子饭。一桌宴席下来,让人不忍停箸,更让人口感饱满,温情满怀,回味悠长。

据市餐饮饭店业协会负责人说,越是地方的越是世界的,希望通过不断挖掘大同地方美食,让四海宾朋感受“美食之都”大同的经典味道,让本地人唤醒美好回忆,感受浓郁乡情。



## 大同美食



### 一窝丝:传统美食 独树一帜

工,所以现如今大同能制作一窝丝的饭店不多。其中,凤临阁·味庄和弘雅饭店的一窝丝,色味俱佳,令人赞叹。弘雅饭店的面案副主管刘市委曾在2021青年名厨面点大赛中获得优秀奖,他告诉记者,制作一窝丝时,和面、拉丝、烙制、回软,每一道工序考验的都是火候和功夫,技术含量非常高,他曾学了好多年。现在,他制作的一窝丝是顾客点单率很高的面食之一。

凤临阁·味庄的一窝丝,选用上好的高筋面粉和胡麻油制作而成。面和好后要先醒面2个小时,醒好的面要反复拉伸,直到面团完全松弛。拉面时,一扣接一扣,直至细如发丝、雪白顺滑。之后,将面丝斩断,刷胡麻油,盘成小圆饼状,

入锅烙至金黄。烙好的一窝丝还要静置一晚,再次松弛。吃时先上笼蒸5分钟,出笼后撒少许白糖、巧克力碎进行装点,至此一道美味才真正完成。做好的一窝丝“落盘为饼,一动为丝”,色泽金黄,酥绵透香,清甜可口。  
(王锦华)



一窝丝,是老大同的一种传统美食,色泽金黄、细如须发,鲜食时甜绵可口,干食时酥脆清香,在山西面食文化中独树一帜。

一窝丝,相传是龙须拉面延伸出来的一种特色美食,制作技艺要求极高,费时费

## 我家厨房

### 把子肉

锅中热油,放入五花肉片,煎至两面金黄捞出备用。锅底留油,将煮好的鹌鹑蛋剥皮后放入锅中,煎出虎皮捞出备用;再放入整根尖椒,同样煎出虎皮后取出备用。锅中再放一点油,加入白糖,小火慢炒,炒出糖色后加水,水开放入五花肉。水要盖过五花肉高两指,加入八角、桂皮、酱油、蚝油、豆瓣酱,中火炖煮。等到五花肉基本熟透后,加入尖椒和鹌鹑蛋再炖煮几分钟就可以了。  
(孟维鹏)



## 云中茶事

### 熟普生普各有特色

茶友们都知道普洱茶有生茶和熟茶之分,但也有一些新茶友不知哪种普洱茶更适合自己,常常纠结到底该怎样挑选普洱茶。

据紫玄和茶庄的茶艺师介绍,普洱茶生茶和熟茶哪个好,主要看自己的需求。如果是长期收藏,那么生茶更耐存放,并且在长时间存放后口感和香气会发生巨大变化,这是熟茶无法比拟的。而在茶叶界也有这样一句话:“品老茶、喝熟茶、藏生茶。”不过,收藏生茶前一定要选好原料,这样才会越陈越香。在口感方面,普洱生茶和熟茶各有特色。普洱生茶未经发酵,有较强的刺激性,苦涩鲜明,带有独特的清香,放置时间越长口感越柔和醇厚;熟茶经过了渥堆发酵,口感醇厚滑甜,没有苦涩,适口性很好。如果是从功效上来说,这就要看个人体质,易上火的体质选生茶,寒凉体质就选熟茶。

另外,紫玄和茶庄的茶艺师提醒说,一些年限久的普洱茶虽然口感好、价值高,但普通消费者很难从外观上区分真伪,因而不要盲目追求老茶。选购普洱茶时应多看、多问,尽量在信誉好的商家购买。存放普洱茶时,要隔绝有异味的物品,防止普洱茶吸味。  
(一凡)

